令和６年度いわてスーパーキッズ発掘・育成事業　U15（中学生）年間計画表　R6.12.17版

月	日	曜	中１（2024U15）		中２（2023U15）		中３（2022U15）	
			時　間 会　場	プログラム	時　間 会　場	プログラム	時　間 会　場	プログラム
4	7	日	15:35～18:45 富士大学	U15プログラム❶ ◇令和６年度事業説明 知識：目標設定(保護者も聴講) フィジカル：体操①	16:35～18:45 富士大学	U15プログラム❶ ◇令和６年度事業説明 フィジカル：体操①	16:35～18:45 富士大学	U15プログラム❶ ◇令和６年度事業説明 フィジカル：体操①
4	28	日	12:30～16:30 富士大学	U15特別プログラム ・スポーツ・インテグリティ講話（保護者も聴講） ・運動機能チェック ・日本ﾛｰｲﾝｸﾞ協会トライアウト	12:30～16:30 富士大学	U15特別プログラム ・スポーツ・インテグリティ講話（保護者も聴講） ・運動機能チェック ・日本ﾛｰｲﾝｸﾞ協会トライアウト	12:30～16:30 富士大学	U15特別プログラム ・スポーツ・インテグリティ講話（保護者も聴講） ・運動機能チェック ・日本ﾛｰｲﾝｸﾞ協会トライアウト
5	6	月祝	9:30～15:30 (グループ①～③の時間に申し込みの上参加) 花巻市総合体育館 第３アリーナ	U15プログラム❷ フィジカル：体力測定	9:30～15:30 (グループ①～③の時間に申し込みの上参加) 花巻市総合体育館 第３アリーナ	U15プログラム❷ フィジカル：体力測定	9:30～15:30 (グループ①～③の時間に申し込みの上参加) 花巻市総合体育館 第３アリーナ	U15プログラム❷ フィジカル：体力測定
6	9	日	17:00～18:30 岩手県立大学	U15プログラム❸ フィジカル：ランニングスキル （ｽﾋﾟｰﾄﾞ）①	16:00～18:30 岩手県立大学	U15プログラム❸ 知識：スポーツ栄養Ⅱ①(保護者も聴講) フィジカル：ランニングスキル （ｽﾋﾟｰﾄﾞ）①	17:00～18:30 岩手県立大学	U15プログラム❸ フィジカル：ランニングスキル （ｽﾋﾟｰﾄﾞ）①
7	21	日	13:00～15:30 盛岡市立高校	U15プログラム❹ フィジカル：総合トレーニング①(バドミントン)	16:00～17:45 盛岡市立高校	U15プログラム❹ フィジカル：総合トレーニング①(バスケットボール)	16:00～17:45 盛岡市立高校	U15プログラム❹ ~~知識：メンタルトレーニング②~~ ~~（保護者も聴講）~~ →11/9へ フィジカル：総合トレーニング①(バスケットボール)
8	4	日	16:30～18:00 リモート開催	U15プログラム❺ フィジカル：ｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ	16:30～18:00 リモート開催	U15プログラム❺ フィジカル：ｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ	15:30～18:00 リモート開催	U15プログラム❺ 知識：スポーツ栄養Ⅲ （保護者も聴講） フィジカル：ｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ
9	16	月祝	17:00～18:30 県営武道館	U15プログラム❻ フィジカル：ランニングスキル （アジリティ①）	16:00～18:30 県営武道館	U15プログラム❻ 知識：メンタルトレーニング① （保護者も聴講） フィジカル：ランニングスキル （アジリティ①）	17:00～18:30 県営武道館	U15プログラム❻ フィジカル：ランニングスキル （アジリティ①）
10	20	日	15:20～18:00 二戸市総合 スポーツセンター 二戸市シビックセンター	U15プログラム❼ 知識：スポーツ栄養Ⅰ① （保護者も聴講） フィジカル：総合トレーニング②(サッカー)	16:30～18:00 二戸市総合 スポーツセンター	U15プログラム❼ フィジカル：総合トレーニング②(サッカー)	16:30～18:00 二戸市総合ス ポーツセンター	U15プログラム❼ フィジカル：総合トレーニング②（サッカー）
11	9	土	15:00～16:30 ｳｴｲﾄ 16:50～17:40 歯科 盛岡工業高校	U15プログラム❽ フ：ウェイトトレーニング基礎 知識：スポーツ歯科 （保護者も聴講）			15:40～16:30 ﾒﾝﾀﾙ 16:50～18:20 ｳｴｲﾄ 盛岡工業高校	U15プログラム❽ 知識：メンタルトレーニング② （保護者も聴講） フ：ウェイトトレーニング基礎
11	17	日			16:00～17:30 盛岡工業高校	U15プログラム❽ フィジカル：ウェイトトレーニング基礎		
12	7～８	土日		ナショナルトレーニングセンター研修 （東京）				
	15	日	16:50～18:00 リモート開催	U15プログラム❾ フィジカル：身体を機能的に動かすトレーニング	16:50～18:00 リモート開催	U15プログラム❾ フィジカル：身体を機能的に動かすトレーニング	15:50～18:00 リモート開催	U15プログラム❾ 知識：アンチ・ドーピング （保護者も聴講） フィジカル：身体を機能的に動かすトレーニング
1	13	月祝	17:00～18:00 リモート開催	U15プログラム❿ フィジカル：エアロビクストレーニング	16:00～18:00 リモート開催	U15プログラム❿ 知識：スポーツ栄養Ⅱ② （保護者も聴講） フィジカル：エアロビクストレーニング	17:00～18:00 リモート開催	U15プログラム❿ フィジカル：エアロビクストレーニング
2	2	日	13:30～15:00 岩手県立大学	U15プログラム⓫ フィジカル：ランニングスキル （アジリティ②）	13:30～16:20 岩手県立大学	U15プログラム⓫ フィジカル：ランニングスキル （アジリティ②） 知識：トレーニング概論	13:30～15:00 岩手県立大学	U15プログラム⓫ フィジカル：ランニングスキル （アジリティ②）
3	2	日	10:00～12:45 大船渡 市民体育館 シーパル大船渡	U15プログラム⓬ 知識：スポーツ栄養Ⅰ② （保護者も聴講） フィジカル：ランニングスキル （ｽﾋﾟｰﾄﾞ）②＋測定	10:00～11:45 大船渡 市民体育館 シーパル大船渡	U15プログラム⓬ フィジカル：ランニングスキル （ｽﾋﾟｰﾄﾞ）②＋測定	10:00～11:45 大船渡 市民体育館 シーパル大船渡	U15プログラム⓬ フィジカル：ランニングスキル （ｽﾋﾟｰﾄﾞ）②＋測定
	20	木祝	9:15～12:40 キャラホール	修了式・開始式	9:15～12:40 キャラホール	修了式・開始式	9:15～10:50 キャラホール	修了式
年間プログラム回数			〔キッズ〕計13回 ◆U15プログラム　12回（フィジカルプログラム12回※体力測定１回含む、知識プログラム４回※３年生は３回）　◆U15特別プログラム　１回 ◆修了式・開始式　１回 〔保護者〕計５回 ◆知識プログラム　４回（キッズと一緒に聴講※３年生は３回） ◆修了式・開始式　１回（３年生は修了式のみ　１回）					